Gratin de chou-fleur à la béchamel et à l'emmental

Un chou-fleur tendre sous une béchamel dorée à l'emmental. Un plat de saison qui réconcilie avec ce légume.

4 personnes	15 min préparation	50 min cuisson	65 min au total	facile niveau

Ingrédients

- 1 chou-fleur moyen
- 700 ml d'eau
- 40 g de beurre
- 40 g de farine
- 500 ml de lait
- 1 pincée de noix de muscade
- 80 g d'emmental râpé
- 1 c. à café de sel

Préparation

1. Verser l'eau dans le bol, placer les bouquets de chou-fleur dans le Varoma et cuire à la vapeur.
   20 min / Varoma / vitesse 1
2. Disposer le chou-fleur dans un plat. Vider et rincer le bol.
3. Mettre beurre, farine, lait, sel et muscade dans le bol.
4. Cuire la béchamel.
   7 min / 90°C / vitesse 4
5. Verser la béchamel sur le chou-fleur et parsemer d'emmental.
6. Gratiner 20 minutes à 200°C.

Le conseil de Tiha
Ajoute une feuille de laurier dans l'eau de cuisson pour atténuer l'odeur du chou.

Conservation : 3 jours au réfrigérateur.